

Rezepte

Füchsle Kochkurs 2014

Spagetti (Nudeln)

Zutaten pro Person:

- 100g Spagetti Nudeln
- 1 kleine Priesse Salz

Zubereitung

Nudeln in kochendem Salzwasser für 10 bis 13 Minuten kochen.

Sugo

Zutaten pro Person:

- 1/4 Zwiebel
- 1/4 Karotte
- 1 EL Olivenöl
- 100g Hackfleisch gemischt
- 100g passierte Tomaten

Zubereitung

Die Zwiebeln und die Karotten werden geschält und gehackt und in der Pfanne mit etwas Olivenöl anschwizen. Danach das Hackfleisch zugeben und so lange anbraten bis alles verkocht ist. Die passierten Tomaten werden etwas später dazugegeben. Würzen mit Salz, Pfeffer, Majoran, Thymian, Oregano, etc., abschmecken, fertig!

TIPP: Umso länger das Sugo köchelt umso besser wird es.

Lasagne

- Sugo

Zutaten pro Person:

- 1/4 Zwiebel
- 1/4 Karotte
- 1 EL Olivenöl
- 100g Hackfleisch gemischt
- 100g Passierte Tomaten

Zubereitung

Die Zwiebeln und die Karotten werden geschält und gehackt und in der Pfanne mit etwas Olivenöl anschwitzen. Danach das Hackfleisch zugeben und so lange anbraten bis alles verkocht ist. Die passierten Tomaten werden etwas später dazugegeben. Würzen mit Salz, Pfeffer, Majoran, Thymian, Oregano, etc., abschmecken, fertig!

TIPP: Umso länger das Sugo köchelt umso besser wird es.

- Béchamel

Zutaten pro Person:

- 25g Butter
- 25g Mehl glatt
- 250ml Milch

Zubereitung

Die Butter mit dem Mehl dünsten. Danach schluck für schluck Milch zugeben und zügig einrühren. Achtung: Nicht zu viel Milch gleichzeitig zuführen.

Lasagneform mit einer Schicht Béchamel beziehen und mit Nudeln bedecken. Auf die Nudeln wird etwas Sugo verteilt. Auf das Sugo folgt dann das Béchamel und wieder die Nudeln. Dieser Schritt wird mehrmals so wiederholt bis zur letzten Schicht. Nach der letzten Nudelschicht wird nochmals etwas Béchamel verteilt und mit geriebenem Parmesan oder würzigem Hartkäse bestreut. Diese Form wird so in das Backrohr gegeben bei 200°C ca 30 bis 50 Minuten.

Schnitzel:

Zutaten pro Person:

- 1 Putenschnitzel ca. 100g
- 1 Ei
- 10g Mehl
- 10g Semmelbrösel (Cornflakes)
- 20g Ceres (Kokosfett)

Zubereitung

Das Putenschnitzel auf die richtige Größe zuschneiden und mit dem Schnitzelklopfer auf eine Dicke von 5 bis 10 mm klopfen, je nach belieben. Nach dem Klopfen wird das Schnitzel mit Salz und Pfeffer gewürzt. Wenn das Schnitzel gewürzt ist wird es im Mehl gewälzt. Danach bekommt das Schnitzel eine Ei Schicht und eine Brösel Schicht. Das Schnitzel wird nun in einer mit Fett gefüllten Pfanne gebraten.

Pommes:

Zutaten pro Person:

- 2 Faustgroße Kartoffeln

Zubereitung

Für Pommes verwenden wir Kartoffeln die von uns geschält und in Streifen geschnitten werden. Die fertigen Pommesstifte sollte möglichst frisch in die Fritteuse gelangen. Falls wir zu viel Pommes haben können diese nach einem kurzen Frittiergang auf Küchenrolle etwas abfetten und danach direkt eingefroren werden. Bei Bedarf können diese wieder wie die fertigen Pommes durch einen weiteren Frittiergang serviert werden.

Palatschinken:

Zutaten pro Person:

- 1 Ei
- eine Tasse Mehl
- eine Tasse Milch

Zubereitung

Diese Zutaten werden zu einem flüssigen Teig gerührt. Falls der Teig zu dick ist kann etwas Milch beigegeben werden. Zu flüssiger Teig kann mit Mehl wieder fester gemacht werden. Danach wird der Teig mit etwas Fett in der Pfanne gebacken. Wenn der Teig nicht mehr an der Pfanne klebt kann das Omelett gewendet bzw. „geworfen“ werden.

Topfencreme für Topfenpalatschinken

Zutaten pro Person:

- 50g Topfen
- 25g Zucker
- 1/8 Vanillepudding
- 1/2 EL Grieß
- 50 ml Milch

Zubereitung

Grieß, Zucker, Puddingpulver und etwas Milch werden verrührt. In einem Topf wird die restliche Milch unter ständigen Rühren zum kochen gebracht. Wenn diese kocht das Puddingpulver Gemisch hinzugeben und nochmals kurz aufkochen lassen. Die abgekühlte Masse wird danach mit dem Topfen gemischt.